



## Projet Bien-être

CIEF Animation

# Ateliers créativité, bien-être et alimentation

en salle d'animation du CIEF - salle ER53  
ou en ligne



Gratuit,  
sur inscription à l'adresse  
[animation.cief@univ-lyon2.fr](mailto:animation.cief@univ-lyon2.fr)

### #1 Atelier modelage de la terre

Pendant les vacances d'octobre participez à un atelier de sculpture ! Venez découvrir le travail de la terre et du volume, l'éveil à la création artistique, l'initiation à quelques techniques...

**LUNDI 26 OCTOBRE 2020**

Horaires : de 14h à 16h  
ou de 16h à 18h - en salle ER53



Gratuit,  
sur inscription à l'adresse  
[animation.cief@univ-lyon2.fr](mailto:animation.cief@univ-lyon2.fr)

### #2 Atelier autour de l'alimentation

Un atelier pour découvrir ensemble les bases de la cuisine française et les plats typiques de chaque région !

**JEUDI 26 NOVEMBRE 2020**

Horaires : de 12h à 14h  
*en ligne sur Moodle*



Gratuit,  
sur inscription à l'adresse  
[animation.cief@univ-lyon2.fr](mailto:animation.cief@univ-lyon2.fr)

### #3 Atelier de sophrologie

Basée sur la respiration et la relaxation, cette méthode permet de retrouver le calme et l'équilibre.

**LUNDI 9 NOVEMBRE 2020**

Horaires : de 12h à 13h  
*en ligne sur Teams*

INFO INSCRIPTION : merci de préciser votre nom, prénom, atelier et horaire choisi